

リンパ浮腫セルフケア指導内容の統一に向けた取り組み

キーワード：リンパ浮腫 セルフケア指導 指導要項

E棟6階北 ○笠原佐世子 近藤真梨奈 田川陽子 森田元子

I. はじめに

現在、リンパ浮腫人口は全世界に1.4～2.5億人いると言われており、「癌体験者の悩みや負担に関わる実態調査報告書」によると、子宮頸癌患者の悩みや負担はリンパ浮腫が第一位となっている。リンパ浮腫は一度発症すると完治は難しく一生付き合っていかなければならない症状であり、ボディイメージの変化やADL低下によりQOLを悪化させるリスクがあると言われている。当病棟では平成21年からリンパ節郭清を含む手術を受けた患者に対して、パンフレットを用いてリンパ浮腫セルフケア指導を行っている。また、平成28年度診療報酬改定により、複合的治療が保険適応となり当院でもリンパ浮腫外来が開設され、外来との連携やスタッフ指導が急務となっている。

平成23年に当病棟で「リンパ浮腫セルフケアに対する指導内容の実態」について研究し、患者への統一した指導の必要性が今後の課題として取り上げられていた。実際にリンパ浮腫外来の患者から、病棟でパンフレットを渡されただけだった、もっと詳しく知りたかったという声が聞かれたが、その後スタッフへの指導基準等なく経験者の指導を見学したのちに各自でパンフレットに沿って患者指導を行っていた。平成28年度に当病棟で行ったスタッフを対象としたリンパ浮腫セルフケア指導に関するアンケート調査でも指導内容が統一されていないことが明らかとなった。そこ

で、リンパ浮腫セルフケア指導パンフレットの見直し、指導要項を作成することで、スタッフ全員が統一した指導をできるのではないかと考えた。

II. 目的

リンパ浮腫セルフケア指導パンフレットの見直しと指導要項を作成し、現状の把握・問題点の明確化・今後の課題をスタッフ全員に周知することで、指導内容統一をはかることを目的とする。

III. 方法

1. 患者への指導用パンフレット改正

パンフレット改正、指導内容が統一できるまでは、病棟スタッフ全員で行っていた術後のリンパ浮腫セルフケア指導を、リンパ浮腫指導チームメンバーのみで行う。厚生労働省が定めるリンパ浮腫指導管理料算定基準に従い改正し、当院リンパ浮腫ドレナージセラピストと協同作成する。

2. スタッフへの指導要項作成

厚生労働省が定めるリンパ浮腫指導管理料算定基準と北海道リンパ浮腫診療ネットワークが医療従事者を対象に作成した「リンパ浮腫簡易指導マニュアル」を参考に作成する。

3. スタッフ指導チェックリスト作成

作成した指導要項に基づき、病棟スタッフの理解度が把握できるよう評価チェックリストを作成する。

4. 病棟勉強会開催

院外研修参加後、パワーポイントを用いて

勉強会を開催する。

IV. 結果

1. 患者への指導用パンフレット改正

現在使用中のパンフレットでは、病態生理について簡易な文章のみでの説明であったため、イラストを追加した。また、患者自身がどここのリンパ節郭清をしたかを把握できるよう、自己記載できる項目を追加した。また、セルフマッサージの方法をスタッフ・患者ともにわかりやすいイラストに変更し、手順を明確化した。そして、患者からのよくある質問項目を新たに追加した。さらに、リンパ浮腫外来や患者会の紹介・保険適応について記載した。

2. スタッフへの指導要項作成

指導要項作成の段階において、当院リンパ浮腫ドレナージセラピストや病棟スタッフの意見も取り入れ作成した(表1)。10項目目については当病棟でどのスタッフがリンパ浮腫指導チームメンバーとなっても活動が継続していけるよう活動規約を記載した。

表1 指導要項項目

1.リンパ浮腫の発生機序: 病因と病態
2.婦人科手術とリンパ節郭清部位
3.リンパ浮腫の症状
4.リンパ浮腫治療方法の概要: 複合的治療について ・スキンケア・用手的ドレナージ・圧迫療法・運動療法
5.日常生活指導について ・日常生活上の注意点 ・感染症の発症と増悪時の対処方法 ・セルフケアの重要性
6.セルフケアマッサージの方法・注意点
7.リンパ浮腫指導管理料とは
8.患者会の紹介・相談先
9.よくある質問
10.「リンパ浮腫セルフケア指導」スタッフ指導

3. スタッフ指導チェックリスト作成

理解不足の項目については再度学習を促し、全項目の評価基準が「できる」に達すれば患者指導実施可能とすることとし、評価者はリンパ浮腫指導チームメンバーが担うこととした(図1)。

リンパ浮腫セルフケア指導教育プログラム受講表			
氏名()			
項目	1回目	2回目	3回目
リンパ浮腫における発症機序が理解できる	○	○	○
リンパ浮腫の症状を説明できる			
婦人科手術におけるリンパ節郭清部位がわかる			
リンパ浮腫における治療・対策方法が説明できる			
スキンケア指導ができる			
日常生活上の注意点を説明できる			
感染症の発症と増悪時の対処方法について説明できる			
セルフケアマッサージの方法・注意点を説明できる			
患者会の紹介・相談先を説明できる			
よくある質問に回答できる			
評価者サイン			

＜実施チェックに関する留意点＞

- ※評価者はリンパ浮腫ケアメンバーとする。
- ※評価基準は できる:○ できない:× と記入する。
- ※全項目の評価基準が「できる○」に達すれば患者指導実施可能とする。

図1. リンパ浮腫セルフケア指導教育プログラム受講表

4. 勉強会開催

リンパ浮腫指導チームとして「新リンパ浮腫研修」に参加した。新リンパ浮腫研修は、医師、看護師、理学療法士、作業療法士の医療スタッフがチームとしてリンパ浮腫の予防や治療に関する取り組みを実施する上で必要な基礎知識を習得することを目的とした研修であり、リンパ浮腫委員会で決定した『専門的なリンパ浮腫研修に関する教育要綱』に沿って医療専門職に向けてリンパ浮腫の理解と適切な指導のため、国際リンパ学会より推奨されている座学(45時間以上)の大部分が習得できる内容であった(表2)。研修参加後、伝達講習として病棟内でリンパ浮腫についての基礎知識・予防期の患者が抱きやすい問題と対策・日常生活管理(スキンケア)についてスタッフを対象に勉強会を開催した。

表2 新リンパ浮腫研修講義項目

1.がんリハビリテーションにおけるリンパ浮腫診療の位置づけ
2.リンパ浮腫総論
3.リンパ浮腫の基礎知識:解剖
4.複合的治療の実際①
5.リンパ浮腫の基礎知識:生理学
6.診療の流れ
7.リンパ浮腫の診断①
8.リンパ浮腫の診断②
9.領域別基礎知識①乳がん
10.領域別基礎知識②婦人科がん
11.領域別基礎知識③原発性リンパ浮腫
12.複合的治療の実際②
13.領域別基礎知識④外科的治療
14.領域別基礎知識⑤浮腫クリニカルパスの理解
15.複合的治療ケーススタディ①
16.入院中・外来でのリンパ浮腫指導管理
17.複合的治療の展開
18.複合的治療の実際③
19.圧迫療法、用手的リンパドレナージ
20.圧迫下の運動療法
21.スキンケアと日常生活上の管理
22.リンパ浮腫治療における精神・心理的対応
23.緩和主体時期における浮腫のマネジメントとそのケア
24.複合的治療の実際④
25.複合的治療のケーススタディ
26.EBMと診療ガイドライン

V. 考察

現在当病棟で統一した指導が行えていない要因として、指導案がないこと、指導の機会が少なく偏りがあること、指導を行う上での技術がスタッフ全員に普及できておらず、特に専門的な知識や技術を必要とする「リンパマッサージ」への苦手意識が強いことが考えられる。そして、実際にリンパ浮腫発症患者を病棟で目の当たりにすることが少なく関心を持ちにくいのではないかと考える。石田ら¹⁾は「指導を行う上での技術がスタッフ全員に普及できておらず、特に専門的な知識や技術を必要とするリンパマッサージに難しさを感じていると言える」と述べており、そのようなスタッフの知識不足が指導のばらつきにつながっていると考えられる。また、リンパ浮腫は未だ予防方法に対するエビデンスが確立されておらず、患者からの質問に対する返答に看護師が悩んだときの相談先が明確になっていなかったこと、そして、当病棟でスタッフへのリンパ浮腫指導や勉強会開催を担っ

ていたチームメンバーの異動・退職に伴い、平成27年度から29年度まで活動が停止していたことも要因として考えられる。

今回、リンパ浮腫セルフケア指導要項を作成したことで、以前のように活動が途中で中断してしまうことを阻止することができ、病棟内でのチーム活動を継続していくための基盤を構築することができたと考える。また、評価チェックリストを用いることでスタッフ全員が一定の基礎知識習得することができ、認識のずれをなくし、統一した患者指導が行えるのではないかと考える。小川²⁾は「複合的理学療法の効果は発症早期ほど期待できるためリンパ浮腫を早期に発見するような患者指導、リンパ浮腫を悪化させないような日常生活の指導、適切なセルフケア指導が重要であり十分な知識を持った医療従事者が指導にあたる必要がある」と述べており、入院中の適切な知識提供は患者の生活を左右する重要な指導であると考える。スタッフによって指導内容に差があると、患者に適切な知識提供が行えないだけでなく、リンパ浮腫の早期発見・治療の妨げとなってしまう。スタッフ全員が正しい知識を持ち、患者へ統一した指導ができれば、スタッフのスキルアップになるだけでなく、患者の不安軽減、早期発見・治療につながると考える。また、退院後も外来と連携し継続フォローすることで、リンパ浮腫と上手く付き合いながら生活していくことができるのではないかと考える。

VI. 結論

今回はリンパ浮腫セルフケア指導パンフレット改正と指導要項作成にとどまり、使用後のスタッフの反応が得られず、有効性を証明することはできなかった。しかし、現状の把握・問題点の明確化・今後の課題をスタッフ全員に意識付ける機会となったと考える。来年度より新パンフレット使用・指導要項を活用したスタッフ指導を導入し、今後追跡調査を行うことで、さらなるリンパ浮腫セルフケ

ア指導統一に向け取り組んでいく必要性が示唆された。

引用文献

- 1) 石田若菜, 河内直美 : 婦人科がん術後、リンパ浮腫指導の実態調査, 大阪医科大学附属看護専門学校紀要, 17, p. 47-50, 2011. 3.
- 2) 小川佳宏 : エビデンスに基づいたリンパ浮腫の保存的治療, 静脈学, 24(4), p. 447-456, 2013.

参考文献

- 1) 山口建 (研究代表者) : 厚生労働科学研究費補助金「がん体験者の悩みや負担等に関する実態調査報告書 概要版」, p. 35-36, 2004.
- 2) 宮島智子, 赤峰絵里, 南條友佳 : リンパ浮腫セルフケアに対する指導内容の実態, 奈良県立医科大学附属病院 葦, 43, p. 80-83, 2015-03-10.
- 3) 梶原真由美, 飯野矢住代 : 婦人科がん術後患者のリンパ浮腫予防, 日がん看会誌, 27(1), p. 67-72, 2013.
- 4) 大久保恵子, 横井和美 : リンパ浮腫患者に関する看護研究の実態と今後の展望, 人間看護学研究, 10, p. 133-139, 2012.
- 5) 日塔裕子, 中野真理子 : 婦人科がん術後の下肢リンパ浮腫に関する文献的考察, がん看護, 21(4), p. 483-487, 2016.